



# 新北食品 106年8+9月菜單

※本公司菜單開立皆符合章一Q主要食材規範  
全面使用非基因改造食材，敬請安心食用

# 新店國小



地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：謝傑光(營養字第3998號)、何昕穎(營養字第8445號)、包宇歡(營養字第8866號) 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已投保明台產物保險

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀 概至	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	熱量	
8/30	三	白飯	椰香沙嗲豬 豬肉, 胡蘿蔔, 馬鈴薯-	玉米炒蛋 雞蛋, 非基改玉米-炒	魷香花椰 花椰菜, 魷魚-炒	吉園 圓	肉骨茶湯 蘿蔔, 豬肉, 洋蔥		5.1	2.7	2.3	2.5	730
8/31	四	胚芽米飯	匈牙利香料雞 雞肉, 番茄-煮	酢醬乾丁 非基改豆乾, 豬肉-煮	麻香季豆 四季豆, 芝麻-炒	吉園 圓	海芽蛋花湯 雞蛋, 海帶芽	水果	5.1	2.7	2.3	2.5	730
1	五	玉米飯	泡菜燒豬肉 豬肉, 泡菜-燒	豉香鮮筍 筍, 豆豉-炒	滑瓜燴什錦 大黃瓜, 玉米筍, 紅蘿	吉園 圓	野菇味噌湯 金針菇, 非基改味噌		5.1	2.6	2.2	2.6	724
4	一	地瓜飯	★卡滋炸雞腿 雞肉-炸	瓜仔肉燥 豬肉, 花瓜-煮	番茄炒蛋 雞蛋, 番茄-炒	吉園 圓	柴香菜湯 白菜, 柴魚粉	水果	5.1	2.7	2.1	2.5	725
5	二	紅藜飯 【蔬食日】	蒸蛋 雞蛋-蒸	紅燒豆腐 非基改豆腐, 木耳-燒	香燉冬瓜 冬瓜, 木耳-炒	有機 蔬菜	香菇雞湯 香菇, 雞肉	水果	5.3	2.6	2.3	2.2	723
6	三	白飯	腰果蜜汁雞 雞肉, 腰果-煮	脆筍炒肉絲 筍, 豬肉-炒	小瓜嫩菇 小黃瓜, 菇-煮	吉園 圓	金針排骨湯 豬肉, 金針		5.1	2.7	2.2	2.5	727
7	四	白醬 貝殼麵	照燒豬排 豬肉-煮	拌炒脆蔬 高麗菜, 鮮蔬-炒	蒜香花椰 花椰菜, 蒜頭-炒	吉園 圓	南瓜濃湯 南瓜, 雞蛋(不勾芡)	水果	5.2	2.7	2.2	2.5	734
8	五	全穀飯	爆炒雞丁 雞肉, 鮮蔬-炒	塔香海根 海根, 九層塔-炒	韓式脆芽年糕 豆芽菜, 泡菜, 年糕, 甜 不辣-炒	吉園 圓	羅宋番茄湯 高麗菜, 番茄		5.2	2.6	2.3	2.5	729
11	一	白飯	醬燒豬排 豬肉-燒	★椒鹽鮑菇酥 杏鮑菇-炸	翠豆玉筍 毛豆仁, 玉米筍, 紅蘿	吉園 圓	酸辣湯 筍, 非基改豆腐, 木耳(不勾芡)	水果	5.2	2.6	2.4	2.5	732
12	二	麥片飯	照燒醬雞丁 雞肉, 芝麻-燒	檸香打拋肉 豬肉, 檸檬汁-煮	蝦香甘藍 高麗菜, 蝦米-炒	有機 蔬菜	鮮芹蘿蔔湯 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 芹菜	水果	5.1	2.7	2.2	2.5	727
13	三	芝麻飯	日式噌醬燒豬 豬肉, 非基改味噌-煮	奶醬燉薯丁 馬鈴薯, 紅蘿蔔-煮	脆炒扁蒲 扁蒲, 木耳-炒	吉園 圓	南瓜雞湯 南瓜, 雞肉		5.4	2.6	2.2	2.2	727
14	四	糙米飯	栗香煲雞 雞肉, 栗子-煮	脆拌涼薯茼蒿 茼蒿, 豆薯, 木耳-炒	菜脯蔥炒蛋 雞蛋, 菜脯, 蔥-炒	吉園 圓	薏仁排骨湯 薏仁, 豬肉	水果	5.4	2.6	2.3	2.2	730
15	五	白飯	甜芋香燻肉 豬肉, 芋頭-煮	香滷三味 非基改豆乾, 蘿蔔, 海帶-煮	豆酥季豆 四季豆, 豆酥-炒	吉園 圓	鮮菇海芽湯 海帶芽, 菇		5.2	2.6	2.3	2.2	716
18	一	雜糧飯	★酥炸雞排 雞肉-炸	肉蓉煨豆腐 非基改豆腐, 豬肉-煮	開陽胡瓜 胡瓜, 蝦米-煮	吉園 圓	味噌肉片湯 豬肉, 非基改味噌	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
19	二	茄汁 鳳梨炒飯	蒜味豬排 豬肉-煮	鮮蔬壽喜燒 蘿蔔, 菇, 鮮蔬-煮	枸杞高麗 高麗菜, 枸杞-炒	有機 蔬菜	巧達濃湯 雞蛋, 非基改玉米, 馬鈴薯(不勾 芡)	水果	5.3	2.6	2.3	2.4	732
20	三	薏仁飯	酸甜檸檬雞 雞肉, 檸檬汁-煮	甜蔥炒皮絲 非基改豆皮絲, 洋蔥, 木耳-炒	椰菜雙色 花椰菜, 紅蘿蔔-炒	吉園 圓	冬瓜鮮菇湯 冬瓜, 菇		5.1	2.6	2.2	2.3	711
21	四	白飯	蠔香燒豬 豬肉, 蘿蔔-煮	梅干筍絲 筍, 梅干菜-炒	鮮肉鍋貼 鍋貼-煎	吉園 圓	山藥雞湯 山藥, 雞肉	水果	5.3	2.6	2.4	2.3	730
22	五	紫米飯	麻醬燴雞 雞肉, 芝麻-煮	葷絲海茸 海茸, 金針菇-炒	敏豆肉燥 敏豆, 豬肉-煮	吉園 圓	番茄排骨湯 番茄, 豬肉		5.1	2.7	2.3	2.5	730
25	一	南瓜飯	日式豬排 豬肉-燒	芹香嫩菇 杏鮑菇, 芹菜-炒	土豆翠瓜 小黃瓜, 紅蘿蔔, 花生-炒	吉園 圓	味噌蘿蔔湯 蘿蔔, 非基改味噌	水果	5.1	2.6	2.3	2.3	713
26	二	什錦炒麵	三杯燒雞 雞肉, 九層塔-燒	紅絲海絲 海帶絲, 紅蘿蔔-炒	鮮炒彩蔬 花椰菜, 蝦米-炒	有機 蔬菜	黃芽排骨湯 黃豆芽, 豬肉	水果	5.1	2.6	2.4	2.5	725
27	三	白飯	冬瓜燉肉 豬肉, 冬瓜-煮	咖哩燴什錦 馬鈴薯, 洋蔥, 豌豆-煮	乾煸脆筍 筍, 豬肉-炒	吉園 圓	麻香葷絲湯 菇, 麻油		5.3	2.5	2.3	2.2	715
28	四	五穀飯	鮑菇雞丁 雞肉, 杏鮑菇-煮	★炸起司球 起司球-炸(2個)	洋蔥滑蛋 雞蛋, 洋蔥-炒	吉園 圓	刈薯子排湯 刈薯, 豬肉	水果	5.3	2.6	2.2	2.3	725
29	五	燕麥飯 【蔬食日】	茄汁凍豆腐 非基改凍豆腐, 番茄-煮	馬鈴薯燉菜 馬鈴薯, 鮮蔬-燉	椒香銀芽 豆芽菜, 木耳-炒	吉園 圓	鮮瓜魚丸湯 大黃瓜, 魚丸		5.2	2.6	2.3	2.4	725
30	六	白飯	堅果雞丁 雞肉, 蔥, 花生-炒	京醬炒干絲 非基改干絲, 紅蘿蔔-炒	鮮燴絲瓜 絲瓜, 菇-炒	吉園 圓	酸菜肉片湯 酸菜, 豬肉		5.1	2.6	2.3	2.4	718

→本菜單內容含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用~!